



Le 7 avril 2026

« Ramène ta pomme » : le podcast 100 % normand qui fait (re)découvrir la Normandie et ses habitants !

"**Ramène ta pomme**" est le podcast qui fait parler les Normands : de leur vie quotidienne, de leurs projets, de leurs passions, mais aussi de leurs difficultés - et surtout de leurs pistes de solutions concrètes.

Chaque mois, Anaïs Guérard part à la rencontre des Normands pour explorer une question que chacun se pose. Alimentation, santé, climat, avenir professionnel : au fil des 9 épisodes, elle dresse un portrait sensible, vivant et authentique de la Normandie d'aujourd'hui, sur ses territoires, ses habitants, ses défis et ses espoirs.

« Ramène ta pomme » est un podcast 100 % normand, tourné vers les gens et leurs histoires vraies, qui aborde chaque mois une nouvelle question de société, en s'inspirant de rencontres humaines, de témoignages sincères et d'idées enrichissantes.

Une création de la Région Normandie, disponible sur toutes les plateformes d'écoute ! (Deezer, Spotify, Apple podcast, YouTube podcast...)

3 premiers épisodes pour (re)découvrir la Normandie

Que vous soyez Normand de naissance, d'adoption ou simplement curieux de cette région, "**Ramène ta pomme**" vous invite à prendre la route avec Anaïs et à voir la Normandie autrement.

Episode 1 : Faut-il quitter la Normandie pour réussir ?

- Un épisode à écouter si vous êtes lycéen, parent, enseignant, ou tout simplement attaché à l'avenir de la jeunesse normande.

Episode 2 : C'est grave docteur ?

- Un épisode indispensable si vous êtes concerné par la santé dans les territoires ruraux, si vous cherchez un médecin en Normandie, ou si vous vous interrogez sur l'avenir de la médecine de proximité.

Episode 3 : C'est quoi être Normand ?

- Un épisode à écouter si vous êtes Normand ou Normande d'origine ou d'adoption, ou simplement curieux de comprendre ce qui fait l'âme d'un territoire.

Abonnez-vous pour ne manquer aucun épisode :

<https://www.normandie.fr/ramene-ta-pomme-le-podcast-normand>

Contact presse :

Laure Wattinne – laure.wattinne@normandie.fr – 06 44 17 55 41